

Jahresprogramm 2020



19.3./30.4./28.5. und 18.6.20 19.00-22.00 Uhr in St.Gallen

ADHS-Elterncoaching

Wie werden Sie zur kompetenten Fachperson für Ihr ADHS-Kind? Wie können Sie es gut begleiten?

Leiterin: Karin Raschle, ADHS-Coach

Ort: Lämmlisbrunnenstrasse 55

Kosten: Mitglied 220.- Paar 330.-
Nichtmitglied 310.- Paar 440.-

Anmeldung: bis 2.3.2020 unter www.elpos-ostschweiz.ch

26. März 2020 20.00-22.00 Uhr in St.Gallen

Dynamik in ADHS-Familiensystemen

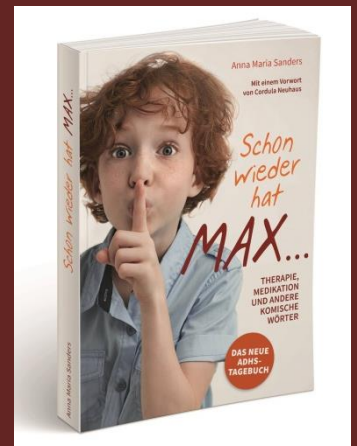
Autorenlesung des Buches mit Tipps, wie die Familie den Alltag mit einem betroffene Sohn und dessen Bruder gemeistert hat.

Autorin: Anna Maria Sanders, Bestsellerautorin und Mutter

Ort: Dom Saal, Gallusstrasse 34

Kosten: Mitglied 20.- Paar 30.-
Nichtmitglied 30.- Paar 45.-

Anmeldung: Keine Anmeldung - Abendkasse



15. Mai 2020 19.30 – 21.30Uhr in St.Gallen

Fakten und Mythen zu Ritalin und Co.

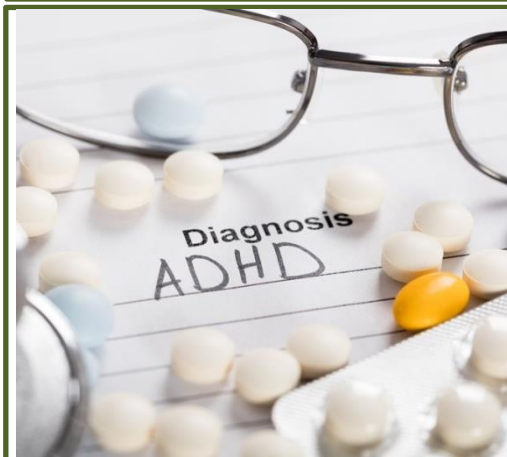
Welche Möglichkeiten, Grenzen, und Alternativen zur medikamentösen Behandlung gibt es bei ADHS?

Referent: Dr. Felix Suter, Kinderarzt

Ort: Kantonsspital St.Gallen Haus 06, Raum 434

Kosten: Mitglied 20.- Paar 30.-
Nichtmitglied 30.- Paar 45.-

Anmeldung: Keine Anmeldung - Abendkasse



11. Juni 2020 19.30-21.30 Uhr in Wil

Die Suche nach dem Kick – ADHS und Sucht

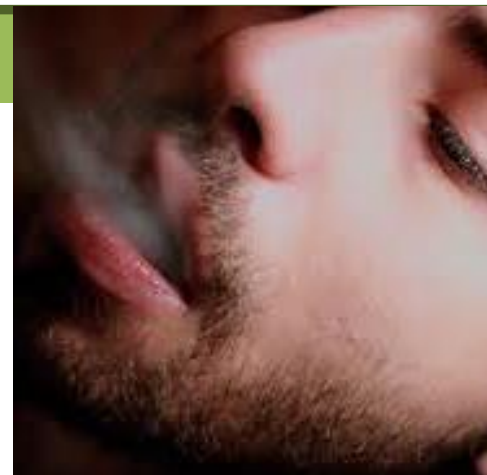
Welche Zusammenhänge bestehen zwischen ADHS und Sucht und wie kann damit umgegangen werden?

Referent: Dr. Herbert Leherr, Psychiater

Ort: Kongresssaal Spital Wil.

Kosten: Mitglied 20.- Paar 30.-
Nichtmitglied 30.- Paar 45.-

Anmeldung: Keine Anmeldung - Abendkasse



3. September 2020 19.30-21.30 Uhr in St.Gallen

Alltag entspannt gestalten – trotz ADHS

Welche Strategien zur Alltagsbewältigung gibt es für Kinder und Erwachsene mit ADHS?

Referent: Urs Bächli, Ergotherapeut
Ort: Wassergasse 18, St.Gallen
Kosten: Mitglied 20.- Paar 30.-
Nichtmitglied 30.- Paar 45.-
Anmeldung: Keine Anmeldung - Abendkasse



17. September 2020 von 19.30-21.30 Uhr in Wil

Lerntipps für Kinder mit AD(H)S

Wenige Lerntipps und konkret auf AD(H)S abgestimmte Lernstrategien können Kindern mit AD(H)S das Lernen leichter machen.

Leiterin: Michèle Zanettin, Lerncoach
Ort: Kongresssaal, Spital Wil
Kosten: Mitglied 20.- Paar 30.-
Nichtmitglied 30.- Paar 45.-
Anmeldung: Keine Anmeldung - Abendkasse



30. Oktober 2020 19.30-21.30 Uhr in St.Gallen

Stoppen, merken, umstellen planen – exekutive Funktionen bei AD(H)S

Wie lassen sich exekutive Funktionen im Alltag fördern?

Referentin: Dr. phil. Barbara Ritter, Psychologin
Ort: Kantonsspital St.Gallen Haus 06, Raum 434
Kosten: Mitglied 20.- Paar 30.-
Nichtmitglied 30.- Paar 45.-
Anmeldung: Keine Anmeldung - Abendkasse



30.5.-1.6.2020 & 28.-30.8.2020 mit Übernachtung

Erlebniswochenende mit Pferden

Die zwei unabhängigen Wochenenden sind für Kinder von 6-12 Jahren und können exklusiv nur von unseren Aktivmitgliedern gebucht werden.

Leiterin: Michaela Schweizer, Reittherapeutin
Ort: MTB Pferdland, Hauptstrasse 23,
8507 Hörhausen
Kosten: pro Kind 150.-
Anmeldung: bis 30.4. bzw. 30.6.20
unter www.elpos-ostschweiz.ch



elpos Ostschweiz, Frongartenstr. 16, 9000 St.Gallen
071 222 30 90 – ostschweiz@elpos.ch – www.elpos-ostschweiz.ch